

华夏实用养生保健

精萃

偏方秘方

PIAN FANG MI FANG 梁晓翠 主编

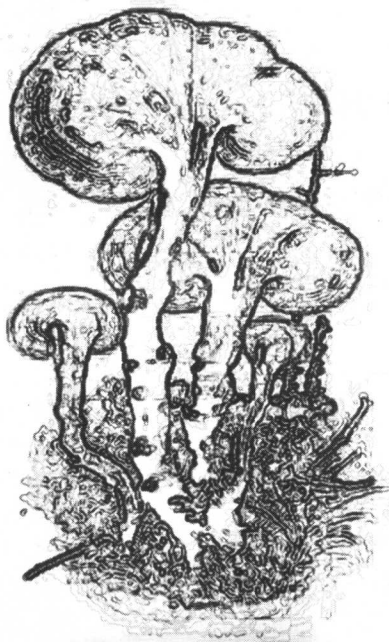


内蒙古人民出版社

华夏实用养生保健精萃

偏方秘方

梁晓翠 主编



内蒙古人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

偏方秘方/梁晓翠主编. —呼和浩特: 内蒙古人民出版社, 2006. 7

(华夏实用养生保健精萃)

ISBN 7-204-08580-9

I. 偏… II. 梁… III. ①土方-汇编 ②秘方-汇编 IV. R289.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 077313 号

华夏实用养生保健精萃

梁晓翠 主编

责任编辑: 王继雄

封面设计: 黛 竹

出版发行: 内蒙古人民出版社

地 址: 呼和浩特市新城区新华东街祥泰大厦

印 刷: 北京世纪雨田印刷有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 880 × 1230 1/32

印 张: 63

字 数: 1000 千字

版 次: 2006 年 7 月第一版

印 次: 2006 年 7 月第一次印刷

印 数: 1 ~ 5000 (套)

书 号: ISBN 7-204-08580-9/R · 228

定 价: 91.20 元 (全四册)

如出现印装质量问题, 请与我社联系。

联系电话: (0471) 4971562 4971659

前 言

中国传统医药，自神农氏尝百草开始，历经五千余年，留传下来的偏方、秘方，更是历久弥坚，例如：一颗葱、一颗蒜就可以治百病；一片绿叶能使羊癫疯患者立刻苏醒；一杯白开水就能止住打嗝；……这些偏方、秘方简便易行，疗效显著，甚至很多偏方不花分文就能治好疑难杂症，以至于西医拍案称奇，如非亲眼所见，好像天方夜谭，使西医不得不承认中医之伟大，中国偏方之神奇。类似这种不花钱或花小钱而治大病的实例，在本书中不胜枚举，比比皆是。这些偏方、秘方都是中华民族智慧的结晶和先辈们长期积累下来的宝贵财富。有人说中医药是国粹，更有人认为民间偏方、秘方是“国宝”。作为一个中国人，一定要将我们祖先留下的“国宝”保护完好，将中国传统医药发扬光大，造福人类，济世救人。

人类已迈入了辉煌的二十一世纪，在社会飞速发展和日益竞争的前提下，健康成了我们现在所关心的话题，激烈的竞争和过度的劳累会摧垮我们的身躯。为了能够及时解决人们日常生活中出现的疾病隐患，也为了让中华医学经典能得以更完美的现身，我们更好的发掘民间的有效偏方、秘方的医学专著，精心编选了这部《偏方秘方》，敬献给广大读者朋友。又因水平有限，疏误之处，在所难免，在此敬请广大读者朋友谨遵医嘱并指正。

目 录

第一部分 内科

- | | | | |
|---------------|------|-------------|-------|
| (1) 感冒 | (1) | (23) 高血压 | (63) |
| (2) 咳嗽 | (5) | (24) 低血压 | (68) |
| (3) 发热 | (7) | (25) 中风 | (71) |
| (4) 哮喘 | (12) | (26) 心律失常 | (73) |
| (5) 肺结核 | (16) | (27) 心悸 | (75) |
| (6) 肺气肿 | (19) | (28) 心绞痛 | (77) |
| (7) 肺脓肿 | (22) | (29) 冠心病 | (81) |
| (8) 慢性支气管炎 | (24) | (30) 脑血栓 | (83) |
| (9) 胃炎 | (27) | (31) 风湿性心脏病 | (84) |
| (10) 胃痛 | (30) | (32) 遗精 | (86) |
| (11) 急性胃肠炎 | (33) | (33) 阳痿 | (88) |
| (12) 慢性胃炎 | (35) | (34) 早泄 | (91) |
| (13) 胃及十二指肠溃疡 | (37) | (35) 糖尿病 | (93) |
| (14) 胃下垂 | (40) | (36) 肾结石 | (96) |
| (15) 慢性肝炎 | (42) | (37) 急性肾炎 | (98) |
| (16) 肝硬化 | (45) | (38) 慢性肾炎 | (100) |
| (17) 急性胆囊炎 | (47) | (39) 失眠 | (103) |
| (18) 慢性胆囊炎 | (49) | (40) 癫痫 | (105) |
| (19) 便秘 | (51) | (41) 神经衰弱 | (108) |
| (20) 痢疾 | (55) | (42) 老年性痴呆 | (110) |
| (21) 消化不良 | (58) | (43) 三叉神经痛 | (111) |
| (22) 贫血 | (61) | (44) 呕吐 | (112) |
| | | (45) 支气管扩张 | (114) |
| | | (46) 血尿 | (116) |
| | | (47) 面神经麻痹 | (117) |

偏
方
秘
方

(48) 暑病	(120)
(49) 腰痛	(123)
(50) 疟疾	(126)
(51) 虚劳	(128)
(52) 心肌梗塞	(134)
(53) 肺原性心脏病	(137)
(54) 水肿	(139)
(55) 汗症	(145)
(56) 眩晕	(147)
(57) 美尼尔氏综合征	(149)

偏

方

第二部分 外科

(1) 痔疮	(151)
(2) 类风湿性关节炎	(154)
(3) 肛裂	(156)
(4) 颈椎病	(158)
(5) 疝气	(160)
(6) 破伤风	(162)
(7) 脉管炎	(164)
(8) 脑震荡	(165)
(9) 急性腰扭伤	(167)
(10) 跌打损伤	(168)
(11) 阑尾炎	(169)
(12) 坐骨神经痛	(170)
(13) 脱肛	(172)
(14) 疮疡	(176)
(15) 疔疮	(178)
(16) 颈淋巴结结核	(181)
(17) 急性乳腺炎	(185)
(18) 附睾炎	(189)
(19) 烧烫伤	(191)

秘

方

第三部分 肿瘤科

(1) 脑瘤	(197)
(2) 肠癌	(202)
(3) 胃癌	(206)
(4) 肺癌	(211)
(5) 肝癌	(217)
(6) 白血病	(222)
(7) 鼻咽癌	(228)
(8) 食道癌	(231)
(9) 乳腺癌	(236)
(10) 宫颈癌	(240)
(11) 阴茎癌	(242)
(12) 膀胱癌	(245)
(13) 前列腺癌	(248)

第四部分 妇科

(1) 月经不调	(251)
(2) 痛经	(252)
(3) 闭经	(254)
(4) 月经过少	(256)
(5) 经期延长	(257)
(6) 带下病	(258)
(7) 白带增多症	(260)
(8) 产后腹痛	(262)
(9) 子宫颈炎	(263)
(10) 阴道炎	(265)
(11) 盆腔炎	(267)
(12) 宫颈糜烂	(268)
(13) 外阴瘙痒	(270)

- (14) 外阴湿疹 (270)
- (15) 崩漏 (271)
- (16) 子宫脱垂 (272)
- (17) 妊娠呕吐 (274)
- (18) 产生疾患 (276)
- (19) 产后便秘 (277)
- (20) 缺乳 (277)
- (21) 回乳 (279)
- (22) 不孕症 (280)
- (23) 避孕 (281)

第五部分 儿科

- (1) 小儿厌食 (283)
- (2) 小儿惊厥 (285)
- (3) 小儿呕吐 (286)
- (4) 小儿麻疹 (288)
- (5) 小儿肺炎 (289)
- (6) 小儿蛔虫 (291)
- (7) 小儿扁桃体炎 (292)
- (8) 小儿支气管炎 (293)
- (9) 小儿遗尿 (295)
- (10) 小儿百日咳 (295)
- (11) 小儿佝偻病 (296)
- (12) 小儿夜啼 (298)
- (13) 儿童多动症 (300)
- (14) 小儿消化不良 (301)
- (15) 小儿口腔溃疡 (303)
- (16) 小儿疝子 (304)
- (17) 小儿麻痹后遗症 (305)
- (18) 小儿尿频症 (306)
- (19) 小儿疳症 (307)

第六部分 皮肤科

- (1) 荨麻疹 (311)
- (2) 湿疹 (312)
- (3) 痤疮 (314)
- (4) 雀斑 (316)
- (5) 斑秃 (319)
- (6) 脱发 (320)
- (7) 白发 (322)
- (8) 黄褐斑 (325)
- (9) 带状疱疹 (326)
- (10) 青春痘 (328)
- (11) 腋臭 (330)
- (12) 冻疮 (331)
- (13) 鸡眼 (333)
- (14) 疖子 (335)
- (15) 癣 (337)
- (16) 白癜风 (345)
- (17) 梅毒 (348)
- (18) 尖锐湿疣 (351)

第七部分 五官科

- (1) 结膜炎 (353)
- (2) 沙眼 (354)
- (3) 慢性鼻炎 (355)
- (4) 耳聋耳鸣 (358)
- (5) 慢性咽炎 (358)
- (6) 牙周病 (360)
- (7) 牙痛 (363)
- (8) 口疮 (365)

偏

方

秘

方

- | | | | |
|-------------|-------|-----------|-------|
| (9) 口臭 | (368) | (2) 补阳方 | (428) |
| (10) 失音 | (369) | (3) 补阴方 | (432) |
| (11) 老年性白内障 | (371) | (4) 补气方 | (435) |
| (12) 急性咽炎 | (372) | (5) 补血方 | (438) |
| (13) 中耳炎 | (374) | (6) 气血双补方 | (439) |

偏

第八部分 美容科

- | | | | |
|------------|-------|-------------|-------|
| (1) 洁齿白牙方 | (379) | (7) 阴阳两补方 | (440) |
| (2) 生眉扶睫 | (380) | (8) 益精方 | (441) |
| (3) 明目益睑方 | (383) | (9) 补益肺气方 | (443) |
| (4) 健鼻护耳方 | (389) | (10) 健脾益胃方 | (444) |
| (5) 荣唇艳口方 | (393) | (11) 补益心脏方 | (445) |
| (6) 生发茂发方 | (395) | (12) 补肾气方 | (447) |
| (7) 润发香发方 | (400) | (13) 健脑益智方 | (448) |
| (8) 乌须黑发方 | (401) | (14) 健骨强腰方 | (450) |
| (9) 洁发止痒方 | (404) | (15) 润喉清音方 | (451) |
| (10) 润肤悦颜方 | (406) | (16) 抗衰防老方 | (453) |
| (11) 增白莹面方 | (408) | (17) 延年益寿方 | (454) |
| (12) 祛斑洁面方 | (409) | (18) 安神助眠方 | (455) |
| (13) 抗皱驻颜方 | (411) | (19) 补津液方 | (456) |
| (14) 丰形健身方 | (416) | (20) 增力健体方 | (460) |
| (15) 减肥轻身方 | (417) | (21) 增强性功能方 | (465) |
| (16) 香身除臭方 | (420) | | |

方

秘

方

第九部分 保健滋补方

- | | |
|--------|-------|
| (1) 养肝 | (423) |
|--------|-------|

第十部分 解毒偏方

- | | |
|--------------|-------|
| (1) 解食物中毒偏方 | (467) |
| (2) 解烟毒、酒毒偏方 | (469) |

第一部分 内科

(1) 感冒

感冒俗称“伤风”，由流感病毒所引起的一种常见病，四季均可发生。本病以咽喉发痒、鼻塞、流涕、咳嗽、咳痰、头痛、发热、全身疲倦、四肢酸痛等为主要症状。主要是在身体过度疲劳、寒暖失常、抵抗力低下时容易染发的病症。

大蒜、生姜治感冒

【配方】 大蒜、生姜各适量。

【用法】 泡热开水或拌面吃。

【功效】 解表散寒。适用于风寒感冒初起，无汗出。

白萝卜、橄榄治流感

【配方】 白萝卜200克，橄榄5枚。

【用法】 将白萝卜洗净，切成小块，与橄榄一起煮汤。每日服3次，用量不限。

【功效】 清热解毒。治流行性感冒、白喉等。

绿豆、麻黄治流感

【配方】 绿豆30克，麻黄9克。

【用法】 将绿豆与麻黄，用水淘洗一下，放入锅内加水烧

偏

方

秘

方

开，撇去浮沫，改用小火煮至豆花开，饮汁。

【功效】 治流感。

核桃、生姜等治感冒发热

【配方】 核桃仁、葱白、生姜各 25 克，茶叶 15 克。

【用法】 将核桃仁、葱白、生姜一起捣烂，与茶叶一同放入砂锅中，加水一碗半煎煮。去渣一次喝下，盖被发汗，注意避风。

【功效】 解表散寒，发汗退热。治感冒发热，头痛无汗。

甘蔗萝卜汤治发热、咽喉痛

【配方】 甘蔗 500 克，萝卜 500 克，金银花 10 克，竹叶 5 克，白糖适量。

【用法】 萝卜与甘蔗切块放入砂锅内加水，放金银花、竹叶一起熬汤，服用时加白糖。可当茶饮，每日服数次。

【功效】 消积化热，润燥止痛。治感冒，症见发热、咽喉疼痛及鼻干等。

生姜、红糖治风寒感冒

【配方】 生姜 3 片，红糖 15 克。

【用法】 先将生姜洗净切成丝，放在瓷杯内，以沸水冲泡，盖上盖温浸几分钟。再调入红糖，趁热顿饮，服用后盖被发汗。

【功效】 驱寒发汗，治风寒性感冒。

西瓜、番茄治夏季感冒

【配方】 西瓜、番茄各适量。

【用法】 西瓜取瓤，去子，用纱布挤出汁液。番茄先用沸水烫，剥去皮，再用纱布挤出汁液。两汁混合，代茶饮用。

【功效】 清热解毒，祛暑化湿。治夏季感冒，症状发热、口渴、烦躁、小便赤热、食欲不佳、消化不良等。

偏

方

秘

方

米醋预防流感

【配方】 米醋不拘量。

【用法】 米醋加水适量，文火慢熬，在室内烧熏约1小时。

【功效】 消毒杀菌。有预防流行性感冒、脑膜炎之功效。

糯米、生姜等治风寒感冒

【配方】 糯米100克，葱白、生姜各20克，食醋30毫升。

【用法】 先将糯米煮成粥，再把葱白、生姜捣烂放入粥内，待沸后煮5分钟。然后倒入醋，立即起锅。趁热服下，上床盖被以助药力。15分钟后便觉胃中热气升腾，遍体微热而出小汗。每日早、晚各1次，连服4次即愈。

【功效】 发表解毒，驱散风寒。治外感初起周身疼痛，恶寒怕冷无汗，脉紧，其效甚佳。

【注意事项】 风热感冒不宜服用。

人参、木香等治病毒性感冒

【配方】 人参、苏叶、葛根、前胡、半夏、茯苓各22克，陈皮、甘草、桔梗、枳壳、木香各15克，生姜3片，大枣1枚。

【用法】 每日服1剂，水煎服。

【功效】 祛痰止咳，益气解毒。

紫苏叶、葱白等治风寒感冒

【配方】 紫苏叶、豆豉、生姜各10克，葱白5枚。

【用法】 每日1剂，煎2遍，每日分3次服。服后多饮热开水。如无汗者，争取出汗为佳。

头痛肢楚较重者加白芷10克；鼻塞嚏多较甚者加辛夷10克，麻黄6克。咳嗽加杏仁10克，桔梗10克。

【功效】 主治风寒感冒、恶寒发热、头痛、鼻塞、嚏多、流清涕、肢楚无汗、咳嗽痰白等。

偏

方

秘

方

【注意事项】 风热外感忌用。

板蓝根、连翘等治风热感冒

【配方】 板蓝根、银花、连翘各 30 克，荆芥 10 克（后放）。

【用法】 煎成 50% 浓液，每服 30~60 毫升，每日 3 次，儿童酌减。服药后多喝水。

咳嗽加生甘草、桔梗、杏仁各 10 克，咽喉肿痛加锦灯笼、山豆根各 10 克。

【功效】 主治风热感冒，咽红喉痛，目赤发热或咳嗽痰黄等。

【注意事项】 风寒外感患者忌用。

霜桑叶治感冒

【配方】 霜桑叶 500 克。

【用法】 霜桑叶洗净，切碎，加水煮，蒸馏，收集饱和芳香水。每日 2 次，每服 30 毫升。

【功效】 祛风清热，治风热感冒。

藿香、杏仁等散寒除湿

【配方】 藿香 9 克，防风 9 克，杏仁 6 克。

【用法】 用水煎 2 沸，分 2~4 次服用。

【功效】 宣肺解表，散寒除湿。适用于外感风寒挟湿。

半边莲治流感

【配方】 半边莲 3 克。

【用法】 将半边莲晒干研成细末，用温开水调服。

【功效】 治流感。

偏

方

秘

方

薄荷叶、干苏叶清热解表

【配方】 薄荷叶6克，干苏叶5克。

【用法】 先用清水将药洗净，再用温开水浸泡当茶喝。每日服3~4次，每剂可沏2~3次，连服3~5日。

【功效】 清热解表，疏风祛湿。适用于感冒初起等。

(2) 咳嗽

咳嗽是肺部疾患的主要症候，可见于多种疾病中。其有声为咳，有痰为嗽，既有声又有痰者称为咳嗽。咳嗽虽然主要是肺经的病，但与其它脏腑都有关系。发病多见于老人和幼儿，尤以冬春季节为最多。以咳嗽为主要临床症状的疾病，多见于现代医学的呼吸道感染、急慢性支气管炎、肺炎、肺结核、百日咳等病。

芝麻、冰糖治夜咳

【配方】 生芝麻15克，冰糖10克。

【用法】 芝麻与冰糖一起放入碗中，用开水冲饮。

【功效】 润肺，生津。治夜咳不止、咳嗽无痰。

百合、枇杷等治咳嗽

【配方】 百合、枇杷、鲜藕各30克。

【用法】 取鲜良者百合、枇杷去核，鲜藕洗净，切成片一起煮汁，调入适量白糖，若冰糖更好，代茶频频饮。

【功效】 治燥热伤肺所致的咳嗽。

川贝、苦杏仁等治咳嗽

【配方】 川贝3克，苦杏仁9克，梨汁1小杯，糖适量。

偏

方

秘

方

【用法】杏仁用水泡软后捣碎，加水200毫升，煎汤去渣，加入川贝、梨汁、糖，研成杏仁乳。每日服2次，每次15毫升。

【功效】用治咳嗽、慢性咳痰。

芫荽、饴糖等治咳嗽

【配方】芫荽（香菜）30克，饴糖30克，大米100克。

【用法】将大米洗净，加水煮汤。取大米汤3汤匙与芫荽、饴糖搅拌后蒸10分钟。趁热1次服，注意避风寒。

【功效】发汗透表。治伤风感冒引起的咳嗽。

蜜枣、板油丁等治肺虚久咳

【配方】蜜枣10个，山药1000克，白糖350克，板油丁100克，桂花汁、湿淀粉、熟猪油各少许。

【用法】方一：山药洗净，放入锅内，加清水淹没山药为度，用旺火煮，待山药较烂时捞起，去皮，用刀剖成6厘米长、3厘米宽的长方形，拍扁。蜜枣一剖两半去核待用。方二：半大汤碗内涂抹上熟猪油，碗底摆上蜜枣再摆上一层山药，夹一层糖、板油丁，逐层放至碗口，撒上糖，扣上盖盘，上笼蒸1小时左右，然后取下，翻身入盘。方三：炒锅上火，将汤汁滤入盘内，放清水100克、白糖150克和少许桂花汁烧沸，用水、淀粉勾芡，起锅浇在山药上即成。

【功效】补肾润肺。治肺虚久咳、脾虚腹泻、神疲体倦、四肢无力，久食补肾强身。

川贝母、蜜糖治咳嗽

【配方】川贝母6~12克（如用浙贝母，则用3~6克），蜜糖约15~30克。

【用法】将川贝母打碎，与蜜糖共置炖盅内，隔水炖，1次服完。

【功效】治肺燥咳嗽。

橘皮、粳米治咳嗽

【配方】 橘皮 15~20 克（鲜者 30 克），粳米 50~100 克。

【用法】 先把橘皮煎取药汁，去渣，然后加入粳米煮粥，或将橘皮晒干，研为细末，每次用 3~5 克调入已煮沸的稀粥中，再共煮为粥。

【功效】 顺气、化痰，治痰湿犯肺之咳嗽。

鲜姜、芥菜治咳嗽

【配方】 鲜姜 10 克，鲜芥菜 80 克，盐少许。

【用法】 将芥菜洗净后切成小段，生姜切成片，加清水 4 碗煎至 2 碗，用食盐调味。每日分 2 次服，连用 3 日见效。

【功效】 宣肺止咳，疏风散寒。治风寒咳嗽，伴头痛、鼻塞、四肢酸痛等。

燕窝、西洋参治咳嗽

【配方】 燕窝 5 克，西洋参 5 克。

【用法】 先将燕窝用清水浸透，摘去羽毛杂物，洗净，晾干水气，与西洋参一起放入炖盅内，加入八成满的开水，盖上盖，隔水炖 3 小时以上，饮用。

【功效】 养阴润燥，降火益气。用治肺胃阴虚所致的干咳、咳血、潮热、盗汗等，对心血管病咳喘患者更宜。

偏

方

秘

方

(3) 发热

发热病症可出现在许多疾病之中，是临床上最常见的症状之一。当体温超过正常时即可称为“发热”，其中 37.5~38℃ 为低热；38~39℃ 为中等发热；39~41℃ 为高热；41℃ 以上为过高热。

本病的病因非常复杂，有外感六淫之邪、内脏阴阳失调、食积、痰郁、情志等诸多原因。中医认为外感热多由六淫、疫疠等外邪侵袭引起，有表症、里症、半表半里症之分。表症为畏寒、头痛、鼻塞等，治宜发表解热；里症常见壮热并伴烦躁、口渴、腹满胀痛、便秘等，治宜清里除热；半表半里症见寒热往来、胸胁痞满、口苦咽干等，治宜和解。若邪气入于营分、血分，则出现高热并伴以各症，治宜清凉解毒、凉血开窍；内伤发热宜甘温除热；阴虚多为低热或潮热，并有虚烦、盗汗、消瘦等。

偏

淡竹叶、鸭舌草解毒退热

【配方】 淡竹叶 30 克，鸭舌草 60 克。

【用法】 将鸭舌草、淡竹叶共煎 2 次，每次用水 500 毫升，煎半小时，两次混合，取汁当茶饮。

【功效】 清热解毒。适用于流感，高热烦渴或原因不明的高热。

方

秘

大青叶、金银花等疏散风热

【配方】 大青叶 10 克，金银花 15 克，蜂蜜 50 克。

【用法】 将大青叶和金银花水煎 3~5 分钟后去渣，在汤液中加入蜂蜜搅匀饮用。热重不退者 1 日可服 3~4 剂。

【功效】 疏散风热。用于外感风热，发热较重者。

方

菊花、大白菜根等清暑退热

【配方】 菊花 15 克，大白菜根 3~5 个，白糖适量。

【用法】 将大白菜根洗净、切片，与菊花共同水煎，加白糖趁热饮服，盖被发汗。

【功效】 清暑退热。适用于夏季暑湿发热。

鸭跖草、威灵仙等治外感性高热

【配方】 鸭跖草 30 克，马鞭草、威灵仙各 20 克，青蒿

10 克,柴胡 12 克。

【用法】 用水煎服。

【功效】 治外感性高热。

淮山药、鸡骨架等治阳虚发热

【配方】 淮山药、白茯苓各 30 克,熟地 8 克,鸡骨架、猪肘各 500 克,制附片、肉桂各 15 克,雪豆 200 克,葱结 30 克,生姜块 25 克,胡椒粉 1 克,花椒 18 粒,味精 1 克,精盐 12 克。

【用法】 将猪肘去尽残毛,放火上烧焦肉皮,放淘米水中浸泡约 30 分钟,用刀刮洗成黄色,雪豆洗净发胀,鸡骨架洗净砍成数块,姜、葱洗净,再将锅置旺火上,加清水,入鸡骨、雪豆、附片、猪肘烧沸后,捞去血泡,加姜、葱、花椒、粉糟汁,改用中火煮约 60 分钟,再放小火上,加熟地、淮山药、白茯苓、胡椒、精盐缓缓煨炖至猪肘烂熟,汁浓,拣去鸡骨架、姜、葱、花椒,再加味精调味即成。

【功效】 温阳引火归源,治阳虚发热。

牡丹皮、霜桑叶等治长期低热

【配方】 牡丹皮 12 克,霜桑叶 10 克,地骨皮 10 克,柴胡 14 克。

【用法】 加水后用文火煎煮,分次饮服。

【功效】 治长期低热。

枸杞根、何首乌等治发热

【配方】 枸杞根 30 克,胡黄连 10 克,何首乌 20 克。

【用法】 用水煎服。

【功效】 治外感性感染高热。

大山丹干根治高热祛风寒

【配方】 大山丹干根 15 克。

偏

方

秘

方